THE RECOVERY KERNEL

[illegible].

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible].

[illegible], COMT, DRD2, MTHFR, Blueprint, findahelpline.com [illegible]

[illegible]?

[illegible], [illegible]?

[illegible], [illegible], [illegible].

[illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

[illegible] [illegible] [illegible] [

[illegible] frontal [illegible], [illegible].

* [illegible].
* [illegible] 60-90 [illegible], [illegible].
* [illegible], [illegible], [illegible], [illegible].

[illegible]: [illegible] 10[illegible] [illegible], 3 [illegible] GHB [illegible], 5 [illegible] (intubation) [illegible], [illegible] (anhedonia), [illegible] frontal [illegible]. [illegible] 30 [illegible], [illegible]ergic [illegible] (reward signals) [illegible].

[illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible] ([illegible], [illegible], [illegible]) [illegible]. [illegible] ([illegible], [illegible], [illegible]) [illegible]. [illegible], [illegible].

[illegible], **findahelpline.com** [illegible]. * **Recovery Kernel** * **Naloxone** * **COMT** * **DRD2** * **MTHFR** * **Blueprint**	[illegible], [illegible]:
[illegible]. [illegible], [illegible], [illegible].	[illegible] - D2 ceptor [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible].
[illegible]- [illegible]. [illegible]. [illegible], [illegible].	[illegible], [illegible] atique [illegible]. [illegible], [illegible], [illegible]

	□□□□□□.
□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ proprioceptive-motor □□□□□□□□□□. □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□. □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□.	□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□ تنظيم □□□□ □□ □□□□□□□□ . □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□. , □□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□, □□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□.
□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□. □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□, □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□.	□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□, □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□. □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□, □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□.
□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□observable □□ □□□□, □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□.	◌ً □□□□ □□□ِ□ □□ □□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ 2-3 □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□. 8 □□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ - □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□.

□□□□□□□□□□□□: □□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□, □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□. □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ "□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□" □□ □□□□□ □□□□□ □□, □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□. □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□. □□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□. □□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□.

1.1 — □□□□ □□□□□□□□

JR Token □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□: □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□, □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□—□□□□□□□ □□□□□, □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□. □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□, □□□□ □□□□□□ □□□□, □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□: □□□ological□y □□□□□ □□ □□□□□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□, □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□, □□□□□□□□, □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□ dopamine □□□□□□.

□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□ - □□□□□□□□ □□□□□□□□, □□□□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□. □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□, □□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□□□□□□ □□□□, 80% □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□. □□□□ □□ □□□□□ □ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□.

□□□□□ □ober □□□□□□□□□□ □□□. □□□ □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□ - □□□□□□□, □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□های □□□□□, □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□, □□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□. □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□, □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□.

[illegible]

[illegible] LOCKED TERMS [illegible] (bullets, numbers, tables, blank lines, [brackets]) [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] (savasana) [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] (TFR) [illegible] (FDA) [illegible]

TFR [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

*TFR [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. TFR, [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

II. □□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□

•

◆ □□□□□□□□□□ □□□□□. □□□□□, □□□□□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□. □□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□.

□□□□□□□.	□□□□ □□□□□□□.	□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ (□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□).
/ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□.	□□□□□ □□□□□ □□□□. □□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□. □□□ 8 □ □□□□□□ □□□, □□□ □□□ □□□□□ □□. □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□. □□□□□. □□□□□. □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□.	□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□ (60-90°F □□□□□) □□□□□□□□□, □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□. □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□. □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□ - □□ □□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□. □□□□- □□□□□□□ - □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□. 3-5 □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□ dần □□ □□□□ □□□□□. □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□: □□□ □□□ 4-6 □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□□□□. □□□□□□ □ □□□□□□□□□□ □□□□, □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□. □□□ Conclusions □□□ □□□□□□ □□□ □□□ 6 □□ □□□□ □□□□ □□□□□□□.
.	"20 □□□□□□ □□ □□□□ □□, □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□. □□□ □□□□□□ □□ □□□, □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□." □□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ 20 □□□□ phút□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□. □□ □□□□, □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ .	2-5 □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□, □□□, □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□, □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□ 20 □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□. 2 □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ 1 □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□, 18 □□□□□□□ 20 □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□— □□□□ □□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□. □□□□ 8 □□□ □□□, □□□□□□□□ □□□□□ □□□,

		□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□. □□□□□, □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□. □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□: □□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□.
□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□.	'□□□□□□□ 3-5 □□□□□□□, □□□□□□□□□ 30 □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□.' □□□ □□□□□□□□□, □□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ 30 □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□, □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□ □□□□□.	□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ 10 □□□□□□□ □□. □□ 30 □□□□□□□ □□□□□, 10 □□□□□□□. □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ 10 □□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□□. BDNF □□□□□□□□ □□□□□□, □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ 10 □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□. □□□□□ 4 □□□□ □□□□□ □□□□□□□ 10 □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□. 4-8 □□□□ □□□□□ □□ 20 □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□. 8-12 □□□□ □□□□□ 30 □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□. □□□□□ □□□□□□ 30 □□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□. □□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□ 10 □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□.□
□□□□□□□□□□ □□□□□ / □□□□□□□□□	"□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□. □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□." □□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□, □□□□/□□ □□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□□□, □□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□, □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□.	□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□. □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□, , □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□, □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□. □□□□□□□□□□ □rowadz□□□□□□: □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□ (□□□□□, □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□) □□□□□□ □□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□. □□□□ 30□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□ 30□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□□□□, □□□□ 6, 2 □□ 5□ □□□□□□□ □□□□□□□

		[illegible] [illegible] [illegible]

□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ (cortisol) □ □□□□ □□."	□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□.	(2-5 □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□, □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□). □□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□.	□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□. □□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□. □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□.
□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□, □□□□ □□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□.	30-90 □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□.	□□□□□ □□□□□□□□, □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□. □□□□□ 2-4 □□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□, □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ (NAC, □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□, □□ □□□□□□ □□□□□□□□□, □□□□□□ □□□frontal □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□

III. □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□ "" □□□□□□□.

◆ □□□ □□ □□□□ □□ □□. □□□ □□□□ □□□□ □□□□□□. □□□□□□ **AMPA ceptor** □□ □□□ □□□□□□□□□□, **racetams** ْ□□□بْ□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□. □□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□□.

Recovery Kernel (NAC, 5-MTHF, methylcobalamin, magnesium glycinate, CoQ10, DHA, UMP, tyrosine) □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□. □□ □□□□□□□□□ □□□□□. □□□ "nootropic" □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□: □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□□ - □□□□□□□□□ AMPA ceptor , NGF/BDNF □□□□□□□ □□ □□□□□□□□, □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□ neuronal membrane □□□□□□□□.

□□□ □□□□□ □□□□: □□□, □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□, □□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□ FDA (Food and Drug Administration) □□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□, □□□□□□□□□- □□□□□□□ □□ □□□□□. □□□□□, □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□, □□□□□□□ □□□□□□□ □□□ racetams (piracetam □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□) □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□. □□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□لل□□ □□□□. □□□□ 50+ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□, □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□, □□□□□□□□□ □□□□, □□□□□ □□□, □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□. □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□□□□□ □□□ □□□□□.

III.1 — □□□□□□ □□□□ — AMPA □□□□ □□□□□, □□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□.

□□□□□ □□□□□□□□, □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ (nucleus accumbens) □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ (prefrontal cortex) AMPA/NMDA ceptor □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□. , □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□ AMPA ceptor □□□□□□□. Racetams □□□ AMPA receptor□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□ - □□□ AMPA receptor□□□ glutamate □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□ □□□□, □□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□. □□□ Racetams □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□.

□□□□□.	□□□□	□□□□□□□□.	□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□.
			* □□□ **Recovery Kernel** □□□, **findahelpline.com** □□□ □□□□□□□□. * **Naloxone** □□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□, □□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□ □□□

			□□□□. * **COMT, DRD2, □□ MTHFR □□** □□□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□, □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□. * □□□ □□□□□ □□□□□ **Blueprint** □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□. * □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□, **findahelpline.com** □□□ □□□□□□□□□.
Piracetam - □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□.	□□□□ 800-4800mg □□□□□□□, 2-3 □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□.	AMPA □□□ □□□□ □□, □□□□□□ □□□□□□□□□. □□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□. 50+ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□.	□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ (nucleus accumbens) □□ □□□□□□□□□□□ (PFC) □□ AMPA ceptor □□□ □□□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□, □□ piracetam □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□, □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□ neurons□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□. □□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ racetam □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ - □□□□ □□□□□□□, □□□□□□□□□□, □□□□□□ □□□□□□.
Aniracetam - AMPA □□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□.	□ täglich 750-1500mg □□, □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ (□□□□□□□□□□ - □□□□□ □□□□ □□□□□).	□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ AMPA □□. D2 □□ 5-HT2A ceptor □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□. □□□□□□□□□□, □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□.	□□□□□□□□ AMPA- + □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□, □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□: □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□. 5-HT2A □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□, □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□. AMPA □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□, □□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□

			[illegible].
Phenylpiracetam - [illegible].	100-300mg, [illegible] 2-3 [illegible].	[illegible]. [illegible]. [illegible] ([illegible]).	phenylpiracetam [illegible]. [illegible] 5-7 [illegible]. [illegible] 2-3 [illegible]. [illegible] ognitive [illegible]. [illegible]: phenylpiracetam [illegible] dopaminergic [illegible], [illegible]. [illegible] 60 [illegible]. [illegible].
Oxiracetam - [illegible] racetam.	1200-2400mg [illegible], 2-3 [illegible].	[illegible], AMPA [illegible]. [illegible] piracetam [illegible]. [illegible]. [illegible].	[illegible] ognitive [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible] uh[illegible]. Oxiracetam [illegible]. acetylcholine [illegible] CDP-choline [illegible].

III.2 — Noopept — [illegible].

Noopept [illegible] (nootropic) [illegible]. [illegible]. Noopept, [illegible], [illegible].	[illegible]?

Noopept (N-phenylacetyl-L-prolylglycine ethyl ester) [illegible] peptide nootropic[illegible], [illegible] piracetam[illegible] 1000 [illegible]. [illegible]: 1. Acute AMPA [illegible] NMDA [illegible] - racetams [illegible] ίδια ceptor [illegible]. 2. [illegible] NGF (Nerve Growth Factor) [illegible] BDNF [illegible] - Noopept [illegible], [illegible] neuronal [illegible] synapse [illegible]. [illegible] sonrası [illegible] - [illegible], [illegible]. [illegible].	[illegible], [illegible], [illegible], [illegible] (mild traumatic brain injury) [illegible]: [illegible] PFC [illegible], [illegible], [illegible], [illegible], [illegible]. Noopept [illegible] - [illegible] (post-stroke), [illegible] - [illegible]. NGF [illegible]: NGF, [illegible] (acetylcholine [illegible]) [illegible]. [illegible] glutamate [illegible]. : 10-30mg [illegible], [illegible]. [illegible] sekali [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible]: [illegible] (CDP-choline [illegible] Alpha-GPC) [illegible]. Noopept [illegible] acetylcholine [illegible]; [illegible], [illegible].

III.3 — Semax [illegible] Selank — [illegible].

[illegible].	[illegible].	[illegible], [illegible] [illegible].
Semax - [illegible] ACTH-[illegible].	[illegible], [illegible]. : BDNF [illegible] NGF [illegible] ([illegible], [illegible] - [illegible] wenigen [illegible]). [illegible]. [illegible], [illegible], [illegible] 30+ [illegible]. [illegible].	Semax [illegible]: [illegible] BDNF [illegible] ([illegible] BDNF [illegible], [illegible]) [illegible]ergic [illegible], D2 ceptor [illegible], [illegible] (anhedonic gap) [illegible]. 300-1000mcg [illegible], [illegible] 1-2 [illegible]. [illegible] (FDA [illegible]), [illegible].

Selank - □□□□□□ □□□□□□□□□□□-□□□□□□□.	□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□. : GABA-A □□□□□□□□□ (benzodiazepine □□ □□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□, □□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□). BDNF □□□□□ □□□□□□, enkephalin □□□□□□□ □□□□□□□□□□ (□□□□□□ opioid □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□, □□□□□□□ opioid peptide-□□ □□□□□ □□□□□). □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□. benzodiazepine □□□□ □□□□□ □□□□, □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□, □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ .	□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□. □□□□□□□□□□, □(□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□) □□□□□ □□ □□ GHB □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□. Selank □□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□. GABA-A □□□□□□, □□ □□□□□ □□ GABA □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□, GHB □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□ GABA-B ceptor □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□. : 250-500mcg, □□□□□□□ □□ □□□□□, □□□□□□ 1-2 □□□□□.

III.4 - □□□□□□□□□ - □□□□□□□□.

□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ AMPA □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□: □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ schnell □□, □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□. □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□. □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ - □□□□ □□□□ □□□□□, .

□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ **B** □□□□□□□□□□□□□□□. □□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□.	□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□:	□□□□□□□ □□?
CDP-Choline (Citicoline)	□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□: □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□, □□□□□□ □□□□□□□□□□ (□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□) □□ □□□□□□□□□□□ (□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□) □ □□□□ □□□□□. □□□□□□□□□□□□□□□□: □□□□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□□□	250-500mg □□□□□□□, □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ racetam □□□□□. CDP-choline □□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ choline , □□□□□ □□□□ □□□□ uridine □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□.

	□□ racetams □□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□.	
Alpha-GPC	CDP-cholinen□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□. □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ (cytidine/uridine □□□). □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□.	300-600mg □□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□. □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ —□□□□□□: □□□□□□, □□□ □□□ □□□□, □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□. □□□ □□□ CDP-choline □□□ □□□□□□□ □□ □□□□□.

III.5 - □□□□□□□□

□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□□. □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ - □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□, □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□.

□□□□□□□□	□**kenalkan**□□□ □□□□□□ □□.	□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□?	□□□□□□□□□ □□□?
1-30 □□□ (□□□□ □□□□□).	□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□: 5-MTHF, methylcobalamin, NAC, □□□□□□□□□□□, DHA, CoQ10. αkόμα □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□.	□□□□□ □□□□, □□□□□ □□□□□ □□□□□, □□□□□ □□□□□. □ognitive □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□, □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□.	Racetam □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□, □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ racetam □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□.
30-60 □□ □□□□□□□ (Noopept □□□□ □□□□□).	Noopept 10mg, □□□□□□□, □□□□ □□□□□ □□□□. CDP-choline 250mg □□□ □□□□.	□□□□□ □□□□□□□□□□□□□, □□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□. □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ (□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□).□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□, □□□ □□□□□ 2 □□□□□□ □□□□□□ □□□□□.	Noopept □□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ (AMPA + NGF + BDNF) □□□ □□□, □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□□□. □□□□ □□□□□ □□□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□, □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□.
□□□□□□□□ □□□□	□□□□□□□□ 800mg	□□□□□□□ □□□□□□□,	Piracetam □□□ □□□□□□

□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□. * □□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□. * □□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□. * □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□ □□□□□□□□□□ □□□, □□□□□□ □□□ Piracetam □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□. □□□□□□, □□ □□□□□ □□□ □□□, □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□. □□□□□□□□□□□, □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□, □□ □ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□. □□□□□□ □□□□, Recovery Kernel □□ Naloxone □□□□ □□□□□□□	□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□.	□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□ □□□□□□□. □□□□ Noopept □□□□□□□ □□□□□ □□□□ AMPA □□□□□□□.	□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□ racetam □□□□□□□□. Noopept □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□.

findahelplin e.com □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□. COMT, DRD2, MTHFR, Blueprint □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□, □□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□.			
□□□□□ 90□ □□□□ □□□ (Aniracetam , □□□□□□□ □□□□).	□□□□□□□□□ 750mg □□□□□ □□□□□ (□□□ □□□) □□□ □□□□, □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□.	□□□□□□□□□□ □□□□□, □□□□□ □□□□□□□, □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□. Aniracetam □□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□□□□.	Aniracetam □□ □□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□ , □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□. □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□. □□□ □□□□□□□□ □□ noopept □□□□□ كافى □□□ □□□□□.
90 □□□□□ □□□, □□□□□ □□□□□ 2-3 □□□□.	Phenylpiracetam 100-200mg, □□□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□. □□□ □□□□□□ □□□□.	□□□□□ □□□□□□, □□□□□□□□, □□ □□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□. □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ (□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□).	□□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□. □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□, □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□. □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□: □□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□.

III.6 — Hydergine — □□□ vergessen □□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□ .

Hydergine (ergoloid mesylates) □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□ FDA □□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□, □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□ (1970 □□□□□□□ Alzheimer □□□□□). □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□, □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □ neuronal □□□□□□□ □□ neuronal □□□□□□□□□ □□ BDNF-□□□□ □□□□□□.

□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ GHB υπερβολική □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□: □□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ (□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□ υπερβολική □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□, □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□) □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□. Hydergine □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□.

□□□□□: □□□□□□ **4.5-9mg,** □□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□. □□□□ □□□□□□ □□□□□□□ **(□□□□)** □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□. □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□, □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□.

IV. [illegible] - [illegible]?

◆ [illegible]. [illegible], [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible].

[illegible], [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible].

[illegible]	[illegible].	[illegible], [illegible]: * : [illegible]. [illegible], [illegible], [illegible]. * [illegible]: [illegible], [illegible], [illegible], [illegible].	[illegible]?
1-30 [illegible].	[illegible]. [illegible]. [illegible], [illegible].	5-MTHF + methylcobalamin. NAC 600mg [illegible] 2 [illegible]. Magnesium glycinate 400mg [illegible]. DHA 1000-2000mg. CoQ10 200mg. [illegible]. [illegible]. [illegible] ([illegible], [illegible], melatonin 0.3mg,	[illegible]. [illegible]. [illegible].

		[illegible]).	
7 [illegible] 30 [illegible] ([illegible]).	10-[illegible]. [illegible] . [illegible]None. [illegible] 10-[illegible], [illegible].	[illegible]. [illegible]. [illegible]. [illegible]. [illegible]. BDNF [illegible].	D2 ceptor [illegible] (PFC) [illegible] BDNF [illegible]. [illegible] phút 10 [illegible], [illegible]. [illegible].
30-60 [illegible].	Noopept [illegible] CDP-choline [illegible]. 15-20 [illegible]. [illegible], [illegible] -[illegible], [illegible], [illegible].	Noopept 10mg [illegible] + CDP-choline 250mg. [illegible]—[illegible], [illegible]. [illegible] 2 [illegible] 3 [illegible].	[illegible], [illegible]. [illegible] AMPA [illegible], [illegible], [illegible] frontal [illegible].
[illegible] 60-90	Piracetam [illegible]. [illegible] 20-30 [illegible]. [illegible] 5 [illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible], [illegible].	Piracetam 800mg [illegible]. [illegible] 5 [illegible] (BDNF [illegible], [illegible]). [illegible] - 30 [illegible], [illegible].	[illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible] frontal [illegible] (PFC) [illegible], [illegible].
90 [illegible].	[illegible]: [illegible]. [illegible]: [illegible] 2-3 [illegible]. HIIT: [illegible] HIIT [illegible], [illegible]	[illegible] 90 [illegible], [illegible] 12-18 [illegible]. [illegible] "" [illegible],	[illegible]. [illegible], [illegible]. [illegible]—[illegible], [illegible]

	□□□ □□□□□□□□ □□□□□. 20-minute . □□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□.	□□□□□ □□□□□□□□ □□□□, □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□.	□□□□□ □□□ □□□□□□.

IV.1 — □□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ **sendiri** □□□□□□ □□□□ □□.

□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□, □□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□: □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□. □□□□□ □□ □□□□□ đời □□□□. □□□□□ □□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□, □□□□□□□ □□, □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□.

□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□.

□□□□ 1-4: □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□, □□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□. □□□□□□, □□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□. □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□. □□□□□□□□□□□. □□□□□□□□□□ □□□, □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□, □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□. □□□□□, □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□, □□□ □□ □□□□□□□□ □□□. □ □□□□□□□, □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□, □□□ □□ □□□□□□□□ □□□.

□□□ 4-8: □□□ □□□□□□ □□□□ □□. □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ - □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□. □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□□. Noopept □□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□. □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□.

□□ □□ □□□ □او□□□□□□□ □□□□ □□□□□: □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□. □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□ 10 □ □□□ □□□□□□□□□□□□, □□□ □□ □□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□, □ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□. □□□ DRD2 ceptor □□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□. □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ "□□□ 8 □ □□□ □□□□□ □□□□□□□ " □□ □□□□□□□ □□□□□. □□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□. □□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□. □□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□.

3 □□ □□□ □□□ 6 □□ □□□□ □□□□□: □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□. □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□ □ □□□□□ □□□□□□□. Noopept □□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□. □□□□□ □□□□, □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□. □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□. □□□□□□, □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□. □□□□□ □□ □□□□□□□ □ □□□ □□□□□ □□□□□.

□□□ **semaine** □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□, □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□. □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□. □ □□□□□□, □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□. □□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□. □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□, □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□.

[illegible]. [illegible]. [illegible]. [illegible]. [illegible]. .